

[E-BOOK] Herausforderung Haut: Selbsthilfe bei Neurodermitis, Psoriasis und Co.

# Herausforderung Haut: Selbsthilfe bei Neurodermitis, Psoriasis und Co.

Von Rea Bachmann

ePub | \*DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #1525746 in BcherVerffentlicht am: 2015-12-20Abmessungen: 9.00 x .44b x 6.00l, Einband: Taschenbuch176 Seiten | File size: 65.Mb

**Von Rea Bachmann : Herausforderung Haut: Selbsthilfe bei Neurodermitis, Psoriasis und Co.** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Herausforderung Haut: Selbsthilfe bei Neurodermitis, Psoriasis und Co.:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein aussergewöhnliches BuchVon AndreaAuf Grund meiner Hautproblematik wurde mir das Arbeitsbuch von Rea

Bachmann empfohlen. Das Besondere an ihm ist, der Leser/Patient muss mitarbeiten. Da bekanntermaßen, Hautprobleme oft psychische Ursachen haben können (Stress, Unruhe, Ärger, Probleme, Angst), und diese sich gerne im Unterbewusstsein abspielen, wird in diesem Buch daran gearbeitet, diese Ursachen zu erkennen, und so eine Verbesserung zu erzielen. Das Buch dient gleichzeitig dazu, sich besser kennen zu lernen, und anzunehmen. Mir hat es viele neue Erkenntnisse, und mehr Gelassenheit im Umgang mit meinen Hautproblemen gebracht. Ich kann es jedem empfehlen, der wirklich an sich arbeiten möchte, um seine Hautprobleme besser "in den Griff" zu bekommen. 1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. DER stille Begleiter Von Rea Bachmann ist mit diesem Buch ein Werk gelungen, welches nicht alltäglich ist! Entgegen der gängigen Therapiepfade der Schulmedizin, legt das Buch auf Selbstreflexion Wert. Das mag nicht allen Lesenden gefallen; dem ist so! Dennoch - Hauterkrankungen sind oft im "Innern" des Patienten zu suchen. Es benötigt Zeit, um den erfolgreichen Schlüssel zum "Selbst" und zur Krankheit (respektive der Triggerfaktoren) zu finden und das schätze ich an diesem tollen Buch extrem. Es wäre ein Irrglaube, nur mit dem Lesen dieses Buches die Symptome auf einen Schlag eliminieren zu können. Es soll aus meiner Sicht als stiller Begleiter im Leben und einem umsichtigen Umgang mit der Krankheit gesehen werden. Die mit den Dermatologen vereinbarten Therapieformen sollen auf jeden Fall beibehalten werden; die Beobachtung der persönlichen Gesundheit vom Innern heraus kann beobachtet werden. Das aktive Arbeiten im Buch erlaubt es zudem, auf die persönlichen Erfahrungen, Gefühle, Stimmungen, Rezepte zurück zu greifen. Ich bin Rea extrem dankbar, dass sie mich an diesem Rezept teilhaben lässt #imfau! Aus persönlicher Erfahrung funktioniert es perfekt - es braucht Zeit, Geduld, ab und zu das Eingestehen von Ruhe und auch eine Portion Demut. Danke für diesen wertvollen Begleiter! 1 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Was ganz anderes erwartet .. Von Mia Ich weiß nicht warum, vermutlich weil der Beschreibungstext nicht aussagekräftig genug ist, dachte ich jedenfalls, dass uns dieses Buch weiterhilft, wie man persönlich den Hautkrankheiten (bei uns die Schuppenflechte im Speziellen) entgegenwirken kann. Ich dachte an Cremes, Therapien, Tees ... aber ich dachte nicht, dass man ein Buch erhält in dem man Tagebuch mit Anleitung führt. Das ist es nämlich. Man muss seine Erlebnisse schildern, Stress abbauen ... ja, das ist tatsächlich alles wichtig und auch Faktoren, dass die Erkrankungen schlimmer werden. Aber das haben wir so oft gelesen, dass wir so etwas nicht brauchen. Für uns, vor allem für meinen betroffenen Partner, ist das Buch leider nichts. Er ist kein Mensch, der sowas aufschreibt und sich an Pläne hält. Wer allerdings etwas sucht, was ihn führt und vielleicht sogar motiviert, ist mit diesem Buch gut dran. Wer allerdings, wie wir, auf wirkliche Hilfe und gute Tipps hofft, ist damit leider Fehl am Platz.

Kurzbeschreibung Hauterkrankungen stellen für Betroffene eine große Herausforderung dar und können zu einer starken Einschränkung der Lebensqualität führen. Die Belastungen für Körper und Seele sind oft hoch. Mit diesem Arbeitsbuch lädt die Autorin Rea Bachmann dazu ein, begleitend zur schulmedizinischen Therapie aktiv auf Spurensuche zu gehen: Welche Faktoren verstärken die Erkrankung? Was verbessert die Situation? Welche Rolle spielt die Psyche und wie geht man als Betroffener mit Rückschlägen um? Diese und viele andere Fragen bringen täglich neue Impulse für alle, die sich individuell mit ihrer Hauterkrankung auseinandersetzen möchten.